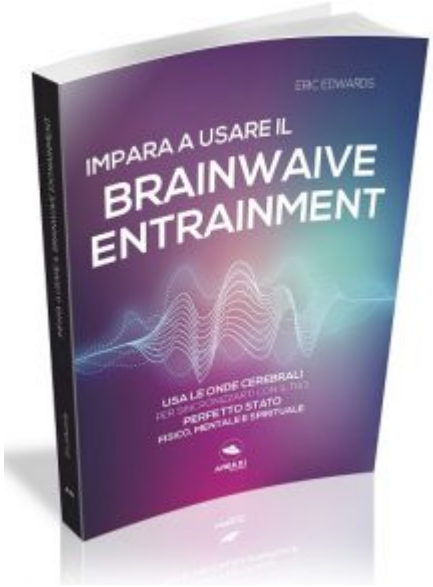


Questo libro ti introduce al mondo del Brainwave Entrainment, cioè la sincronizzazione delle tue onde cerebrali con quelle di una specifica frequenza sonora. Questo metodo, che ha radici antichissime, ha lo scopo di sintonizzare la mente su onde diverse e con differenti caratteristiche e finalità.
A seconda delle onde usate, puoi indurre un profondo stato di rilassamento, puoi risvegliare in te il potere dell'autoguarigione, puoi aprire la strada del benessere psicofisico e della connessione spirituale. L'attivazione di determinate onde cerebrali ti permette di attivare specifici stati mentali, nuovi pensieri e quindi manifestare ciò che desideri.
Imparerai come sintonizzare il tuo cervello su una o più specifiche frequenze per cambiare il tuo stato mentale e creare la tua perfetta realtà.
In conclusione, potrai approfondire il tema dell'ipnosi, dell'autoipnosi e dei suoni binaurali e scoprirai come la conoscenza e l'utilizzo di questi strumenti di crescita personale possano aiutarti a portare benefici in ogni ambito della tua vita: dal dimagrimento al miglioramento della concentrazione; dall'aumento dell'autostima allo sviluppo della creatività, dalla sconfitta di dipendenze alla gestione delle fobie.
DATI BIBLIOGRAFICI
Autore: Eric Edwards
Editore: Ledizioni
Pubblicato in: 2019
Collana: Crescita personale
Formato: brossura, 117 p.
ISBN cartaceo: 9788855260206
Prezzo: 9.90€